

				※ 栄養価表示	1日(金)	2日(土)
				ごはん 170g込み ※ より詳細な栄養価表も お渡しできます! エネルギー 食塩相当量 ○○kcal / ○.○g	カレイの唐揚げ ビーフン 豆腐の中華あん 五日厚焼玉子 赤しそ大根	鶏肉の柚子風味 うの花 揚げ加子の生姜醤油あんかけ 湯葉入りチンゲン菜 赤かぶ漬け
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
赤魚白醤油風味焼き 華かまぼこ ひじきの煮物 <small>ちくわの磯辺揚げ(豆乳入り)</small> 花斗六豆 野沢菜漬け	豚肉とがんもの含め煮 焼きそば ブロッコリーのトマトソース ゆず風味昆布 福神漬	あじ西京焼き れんこんの紫芋酢 しゅうまい さつま揚げと野菜の煮物 わさび菜おひたし 大根としその実の漬物	ふんわり豆腐ハンバーグ ペペロンチーノ じゃが芋土佐煮 根菜の香味炒め 小松菜の酢味噌和え しば漬け	ぶりの揚げ煮 <small>ザーサイと鶏の塩だれ和え</small> 高野豆腐の含め煮 若布と干し海老の当座煮 高菜しょうゆ漬	鶏肉と大根の旨煮 おかず豆 豚肉入り甘辛春雨 <small>きのこのガーリック醤油ソース</small> 白菜漬け	ホキ西京焼き ちんげん菜のお浸し 豆乳入りしっとり卵の花 肉入り野菜炒め うぐいす豆 ゆず大根
454kcal / 1.3g	453kcal / 2.2g	482kcal / 2.5g	501kcal / 2.9g	492kcal / 2.0g	452kcal / 1.5g	452kcal / 1.4g
10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
豚肉のみぞれがけ さつまいもの蜜がけ パスタとツナのフレンチサラダ 湯葉入りチンゲン菜 もずく酢	さば塩焼き 味付いんげん マカロニサラダ <small>細のお肉とキャベツの味噌炒め</small> 切昆布とさつま揚げの煮物 ずいきの煮物	お煮め 茄子とピーマンの煮浸し 123の出汁巻き玉子 くり豆 昆布の山椒風味	エビチリソース ポテトサラダ 野菜のスープ煮 ほうれん草のごま和え やわらか茎わかめ	メンチカツ マロニー中華風 花野菜のポトフ めかぶの酢の物 大根の漬物 フライソース	いわしかつお節煮 人参煮 ほうれん草コーンバター 中華あんかけ玉子 うずら豆 はりはり漬	厚揚げとそぼろの彩り炒め ジャーマンポテト キャベツとウィンナーの洋風煮 蓮根のしそ和え 高菜ちりめん
497kcal / 1.5g	541kcal / 1.5g	448kcal / 1.7g	445kcal / 1.9g	545kcal / 2.4g	504kcal / 2.0g	478kcal / 1.9g
17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
さわら西京焼き れんこんの甘酢漬け 小松菜の胡麻和え 畑のお肉の旨煮 黒豆 刻みたかあん	鶏つくね キャベツと人参の炒め じゃが芋土佐煮 お麩の玉子とし ごぼうサラダ 広島菜漬け	さんま生姜煮 花形人参 野菜のおろし南蛮 がんもと野菜の含め煮 かにかま入り玉子 胡瓜の醤油漬け	チンジャオロース マカロニのクリーム煮 ブロッコリーのトマトソース 野菜のマリネ 壬生菜漬け	スケソウダラ煮付け 味付いんげん ミートソーススパゲティ 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 小豆煮 赤しそ大根	麻婆茄子 <small>枝豆と魚すり身団子(豆乳入り)</small> 鶏肉の玉子とし オクラのおかか和え しそ昆布	あぶらかわいいオリーブ焼 ペペロンチーノ パンプキンサラダ 白菜と青菜のそぼろあんかけ 枝豆とコーンの洋風煮 しば漬け
498kcal / 1.8g	445kcal / 1.5g	517kcal / 2.6g	442kcal / 1.5g	464kcal / 1.6g	494kcal / 2.2g	468kcal / 2.4g
24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
トマトソースハンバーグ キャベツと人参の炒め ブロッコリーとコーンの和え物 豆腐と隠元のそぼろあん 若布と干し海老の当座煮 カラフルピクルス	ふんわりカニ玉 ささげのゴマ和え ポテトとウィンナー 根菜と大豆の五目煮 もずく酢	若鶏の照焼き 蓮根そぼろ キャベツのコンソメ煮 わさび菜おひたし 胡瓜の生姜漬け	白身魚フライ 切干大根 <small>野菜と鶏のカレーソース</small> <small>ほうれん草と白菜の生姜風味</small> あみ佃煮 タルタルソース	<small>豚肉とインゲンの塩だれ炒め</small> 焼うどん 鶏肉のクリーム煮 小女子の佃煮 大根としその実の漬物	にしんの中華ソース 花形人参 123のコールスローサラダ 茄子と挽肉の味噌炒め ひじき豆 野沢菜漬け	炭火焼き鳥 なます 高野豆腐と野菜の煮物 中華春雨 高菜しょうゆ漬
468kcal / 2.6g	460kcal / 2.6g	445kcal / 1.7g	517kcal / 1.7g	560kcal / 2.4g	501kcal / 2.4g	467kcal / 2.2g

【ご注文・変更・キャンセルはこちらのお店までお電話ください】

豊川店

TEL 0533-56-3005  
FAX 0533-56-3006



				※ 栄養価表示	1日(金)	2日(土)
				ごはん 170g込み ※ より詳細な栄養価表も お渡しできます! エネルギー 食塩相当量 ○○kcal / ○.○g	金平入りつくね キャベツと人参の炒め ジャーマンポテト 畑のお肉の旨煮 123の人参マリネサラダ 広島菜漬け	八宝菜 マカロニと果物のサラダ 大葉入り豆腐団子 小女子の佃煮 はりはり漬
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
麻婆豆腐 さつまい煮 鶏肉の玉子とじ 蓮根のしそ和え 胡瓜の醤油漬け	いわし紀州煮 オクラのお浸し きのこ入金平牛蒡炒め 白菜と青菜のそぼろあんかけ 枝豆とコーンの洋風煮 大根の漬物	カレーコロッケ 野菜のおろし南蛮 花野菜のポトフ めかぶの酢の物 高菜ちりめん フライソース	銀ひらす照焼き 青菜ピーナツ和え ポークビーンズ 中華あんかけ玉子 ごぼうサラダ しそ昆布	回鍋肉 ほっこりじゃが芋の煮っころがし ブロッコリーのカニカマあんかけ 野菜のマリネ 胡瓜の生姜漬け	メバル塩焼き 花形人参 ジャンボ肉だんご キャベツのコンソメ煮 梅ごぼう あみ佃煮	具入りオムレツ ささげのゴマ和え じゃが芋と人参の煮物 モロヘイヤのお浸し 刻みたくあん トッピングソース (トマト)
459kcal / 1.7g	451kcal / 2.2g	496kcal / 2.2g	483kcal / 1.7g	471kcal / 2.3g	504kcal / 1.8g	448kcal / 2.5g
10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
一口いかフライ 123のコースローサラダ ちぎり揚げの野菜あんかけ ひじき豆 壬生菜漬け フライソース	アスパラと牛肉のオスター炒め 小松菜の和え物 野菜と蒸し鶏のカレーソース かにかま入り玉子 赤しそ大根	サーモンバーグ 蓮根そぼろ 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 オクラのおかか和え 福神漬	野菜と豚バラのクリーム煮 焼うどん とりごぼう 小豆煮 野沢菜漬け	にしんのみぞれ煮 花車かまぼこ ゆず入り芋きんとん 茄子と挽肉の味噌炒め わさび菜おひたし しば漬け	若鶏の塩焼き ツナの梅風味パスタ 高野豆腐と野菜の煮物 若布と干し海老の当座煮 赤かぶ漬け	黄金カレイ煮付け オクラのお浸し しゅうまい 鶏肉のクリーム煮 小松菜の酢味噌和え あみ佃煮
499kcal / 1.9g	469kcal / 2.2g	486kcal / 2.2g	510kcal / 1.8g	513kcal / 2.5g	477kcal / 1.8g	473kcal / 1.9g
17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
ハッシュドビーフ エリンギと蒟蒻の旨辛炒め 豆腐の中華あん 春雨のレモン風味 胡瓜の生姜漬け	金目鯛・海老・オクラ天ぷら 天つゆ 切干大根 かぼちゃの田舎煮 ささげのお浸し ひじき豆 白菜漬け	鶏肉の二色巻き ナポリタン うの花 キャベツとヤングコーンの炒め物 ゆず風味昆布 大根としその実の漬物	あじ塩焼き 青菜ピーナツ和え ひじきの煮物 五目揚げ豆腐 花斗六豆 大根の紫芋酢	和風おろしソースハンバーグ ブロッコリーお浸し ニラ玉 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 切昆布とさつまいの煮物 高菜しょうゆ漬	えびカツ マカロニサラダ 野菜のスープ煮 湯葉入りチンゲン菜 福神漬 フライソース	鶏肉ねぎ塩ダレ 小松菜の和え物 さつまい揚げと野菜の煮物 きのこのガーリック醤油ソース ザーサイ炒め
496kcal / 2.0g	515kcal / 2.0g	445kcal / 2.3g	511kcal / 2.1g	480kcal / 2.4g	519kcal / 2.5g	484kcal / 2.0g
24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
ぶり煮付け 人参煮 豆乳入りしっとり卵の花 豚肉入り甘辛春雨 くり豆 はりはり漬	豚ロース焼きの生姜風味 茄子とピーマンの煮浸し 高野豆腐の含め煮 蓮根のしそ和え 刻みたくあん	さば田楽味噌焼 ちんげん菜のお浸し 里芋の煮っころがし 厚揚げといんげんの煮物 めかぶの酢の物 大根の漬物	牛肉のおろし煮 春雨サラダ 123の出汁巻き玉子 昆布豆 高菜ちりめん	白糸だらの照焼き れんごんの紫芋酢 しゅうまい 肉入り野菜炒め モロヘイヤの辛子和え 胡瓜の醤油漬け	デミグラスソースハンバーグ ナポリタン 小松菜の胡麻和え お麩の玉子とじ ごぼうサラダ ゆず大根	あじフライ うの花 筑前煮 切干大根の中華サラダ やわらか莖わかめ フライソース
562kcal / 1.3g	459kcal / 2.4g	537kcal / 1.5g	551kcal / 1.8g	450kcal / 2.0g	508kcal / 2.6g	452kcal / 1.9g

【ご注文・変更・キャンセルはこちらのお店までお電話ください】

豊川店

TEL 0533-56-3005  
FAX 0533-56-3006

